

Cáncer de mama desde el diagnóstico

Una guía de recomendaciones
para pacientes y sus familias.



Instituto Nacional
del Cáncer



Ministerio de Salud
Argentina

*primero
la gente*

Cáncer de mama desde el diagnóstico / Soledad Bermudez ... [et al.]. - 1a ed. -
Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Instituto Nacional del Cáncer, 2023.
Libro digital, PDF

Archivo Digital: descarga y online
ISBN 978-987-48888-9-1

1. Cáncer. I. Bermudez, Soledad.
CDD 362.1969944

Autoridades

Presidente de la Nación

Dr. Alberto Ángel Fernández

Ministra de Salud de la Nación

Dra. Carla Vizzotti

Secretaria de Acceso a la Salud

Dra. Sandra Tirado

Directora Nacional del Instituto Nacional del Cáncer

Dra. Verónica Pesce

Directora de Prevención, Diagnóstico y Tratamiento del Instituto Nacional del Cáncer

Dra. Soledad Bermúdez

Directora de Sistemas de Información y Gestión del Conocimiento

Dra. Susana Blanco

Programa Nacional de Control de Cáncer de Mama

Coordinador

Dr. Alejandro Di Sibio

Dra. Ivana Carluccio

Dra. Marcela De Dios Soler

Téc. Marta Donia

Dra. Lucila Hansen

Soledad Jácome

Inés Libois

Lic. Nahuel Muñoz

Dra. Macarena Nasello

Lic. Romina Navarro

Lic. Nadia Robles

Ana Sofía Ruiz Barrionuevo

Autores

Dr. Alejandro Di Sibio

Dra. Ivana Carluccio

Dra. Lucila Hansen

Dra. Macarena Nasello

Dra. Soledad Bermudez

Edición y corrección de estilo

Agustina Grimaux

Gabriel Ilieff

Diseño

Lara Pereyra

Raúl Klasmeier



Una guía de recomendaciones para pacientes y sus familias

Introducción

El cáncer de mama es una enfermedad causada por la multiplicación anormal de las células de la mama. Este crecimiento descontrolado forma una masa de tejido, que es lo que se conoce como tumor. Este tumor puede desarrollarse en distintas partes del tejido mamario, generalmente en los conductos o lóbulos.

Este cáncer se puede clasificar en invasivo o no invasivo (in situ). El cáncer de mama invasivo se clasifica según el grado de avance de la enfermedad: tem-

prano (localizado en la mama), localmente avanzado (comprime la mama y los ganglios cercanos) y metastásico (cuando se propagó a otros órganos).

Es una enfermedad difícilmente prevenible, por lo cual la posibilidad de curación depende altamente del volumen y extensión de la enfermedad al momento del diagnóstico.

El objetivo de esta guía es proporcionar información a pacientes, familiares y cuidadores para comprender mejor la naturaleza

de la enfermedad, los tratamientos disponibles y brindar recomendaciones que pueden ser de ayuda al momento del diagnóstico y tratamiento del cáncer de mama.

Saber qué esperar en cada instancia del proceso del diagnóstico y del tratamiento puede disminuir la incertidumbre, lo que posibilitará planificar el día a día y hacer más ameno el proceso.



Etapa de diagnóstico

El proceso para diagnosticar un cáncer comienza con la consulta médica, donde se realiza la historia clínica, se interrogan los antecedentes personales y familiares y se realiza el examen físico.

De acuerdo con la sospecha clínica, se pueden solicitar al paciente diferentes tipos de estudios:

- Mamografía
- Estudios adicionales de imágenes como ecografía mamaria
- Punción/Biopsia
- Análisis de sangre



¿Qué es la mamografía?

La mamografía es una radiografía de las mamas que permite, a través de imágenes, detectar signos sospechosos de cáncer de mama cuando aún es muy pequeño y todavía no es palpable.



¿Qué deberías saber antes de hacerte una mamografía?

- ♥ Si es la primera vez que te realizás una mamografía, es importante saber que te tendrás que desvestir de la cintura para arriba. Muchas mujeres prefieren usar blusas o remeras y pantalón en vez de un vestido.
- ♥ El día del examen no uses desodorante, ni perfume, ni talco. Estas sustancias pueden generar manchas en las radiografías, lo que puede conducir a una interpretación inadecuada de las imágenes y a confundir el resultado. Podés llevar el desodorante y ponértelo cuando finalice el estudio.
- ♥ Si te realizaste algún estudio mamario con anterioridad (mamografía, ecografía), acordate de llevarlo. De esta forma, las/os médicas/os podrán realizar una correcta evaluación de las imágenes y del caso comparando el nuevo estudio con los anteriores.
- ♥ Aunque algunas pacientes refieren molestias durante la compresión mamaria, la mamografía no es un estudio doloroso.
- ♥ Si todavía menstruás, es aconsejable realizar el estudio una vez finalizada la menstruación del mes, cuando la mama suele estar menos turgente y menos sensible.
- ♥ Es importante que, una vez realizada la mamografía, retires el resultado en el centro/stitución y que luego lo lleves al profesional que lo solicitó, para que te explique el resultado y cómo continuarán los controles.

¿Qué es la punción/biopsia?

La punción/biopsia es un procedimiento ambulatorio (no requiere internación) que se realiza con anestesia local. Consiste en obtener varias muestras del tejido mamario con una aguja especial, hueca, que se conecta a un instrumento de resorte automático. El o la médica especialista en imágenes que realiza la biopsia coloca la aguja en el área sospechosa que se desea estudiar. A menudo se extraen varias muestras.

¿Qué deberías saber antes de hacerte una punción/biopsia?

- ♥ Por lo general, toma poco tiempo. Durante la realización del procedimiento estarás despierta, con una zona de la mama anestesiada.
- ♥ Es seguro y suele ser muy bien tolerado.
- ♥ Una vez que se extrae el tejido, se retira la aguja. No es necesario hacer puntos de sutura. Se hará una curación y un vendaje que deberás tener colocado por 24 hs.
- ♥ Existe la posibilidad de que te coloquen un clip metálico en la zona donde se realizó la biopsia. Este marcador aparece en la mamografía u otros estudios de imágenes y permite localizar el área para su tratamiento o seguimiento, según sea necesario en cada caso particular. El clip es milimétrico, no se siente ni se ve. Tampoco activará detectores metálicos.
- ♥ En algunos casos puede ser necesario la re-lización de una cirugía para obtener las muestras del tejido mamario que permitan realizar el diagnóstico.
- ♥ Las muestras obtenidas en la punción/biopsia o cirugía son analizadas por una médica/o especialista en anatomía patológica, quien

realizará un informe con el resultado. La anatomía patológica consiste en el análisis bajo el microscopio de la muestra extraída. Esto le permitirá al equipo tratante realizar un diagnóstico preciso y fiable y, por lo tanto, un tratamiento dirigido y efectivo.

IMPORTANTE: los estudios que se hacen para el diagnóstico de cáncer de mama (mamografía y punción/biopsia) pueden ser molestos, pero ninguno de ellos puede agravar o diseminar la enfermedad. De hecho, son fundamentales para diagnosticarlo y decidir el tratamiento.

Recomendaciones

- No es necesario asistir en ayunas.
- Es fundamental que lleves todas las órdenes y estudios previos así la/el médica/o especialista en imágenes puede realizar una correcta evaluación de las imágenes que se necesitan biopsiar/punzar.
- En algunos casos las/os médicas/os pueden solicitar un estudio de sangre (coagulograma) previo a realizar el procedimiento.
- Avisá previamente a tu médica/o si tomas anti-coagulantes o aspirina.
- Se recomienda no hacer grandes esfuerzos el día del procedimiento. Te indicarán analgésicos para el dolor.
- Es esperable que la zona se sienta algo endurecida y aparezca un moretón superficial. En caso de sangrado o que la mama luzca más grande, se recomienda consultar a la médica o médico tratante.
- El resultado suele tardar algunas semanas.
- Una vez que tengas el resultado de la anatomía patológica, llevalo a la médica o médico que lo solicitó.

Ante el diagnóstico de un cáncer de mama...

Es esperable sentirse triste o sentir preocupación, por lo que es importante rodearse de personas que te apoyen en este momento. **Recordá: el cáncer de mama siempre tiene tratamiento.**

Es aconsejable ir a las consultas médicas con alguien. Elegí una persona (familiar, amiga/o) con la que te sientas cómoda para que pueda ayudarte con las indicaciones y solicitudes que te hagan. Puede ser útil llevar un papel y un lápiz a las consultas, para anotar lo que necesites.

El resultado de la punción informa el tipo de tumor y la inmunohistoquímica. La inmunohistoquímica es una técnica rutinaria en anatomía patológica que permite hacer un diagnóstico específico del tipo de tumor para definir el tratamiento. Para este análisis no se necesita de una nueva punción, se realiza en las muestras ya obtenidas.

Con el resultado de la punción, los estudios de imágenes y el examen físico, la médica o el médico podrá explicarte el tipo de tratamiento a realizar: cirugía, quimioterapia, radioterapia y/u hormonoterapia. No todas las pacientes realizan todos los tratamientos y tampoco todas lo hacen en el mismo orden. Por ejemplo, hay personas que no necesitan quimioterapia y hay otras que se benefician de realizar la quimioterapia antes de la cirugía. **Por lo tanto, el tratamiento es personalizado para cada paciente.**

Es esperable que cuando dejes el consultorio empiecen a surgir dudas o preguntas. Podés anotarlas y comentarlas en la próxima consulta. Es muy importante mantener una comunicación abierta con el equipo médico y poder hablar sobre cualquier preocupación relacionada con el tratamiento.



¿Dónde buscar información?

El espacio más confiable para resolver tus inquietudes es con tu equipo médico. Si seguís con dudas, tenés derecho a realizar una consulta con otro equipo médico (consulta de segunda opinión) o también a cambiar de profesionales o institución.

Como dijimos anteriormente, el cáncer de mama tiene un tratamiento individualizado y es diferente para cada paciente. Compararse con otros puede generar confusión.

En el caso de que te interese leer fuentes online, recomendamos recurrir a fuentes médicas confiables, que cuenten con apartados de información para pacientes como guías o folletos.

Mencionamos algunas:

- [**Instituto Nacional del Cáncer, Argentina**](#)
Ofrece información sobre el cáncer, pautas de tratamiento, noticias sobre investigación, enlaces a bibliografía médica y mucho más.
Recomendamos:
 - [**Guía para entender el cáncer de mama**](#)
 - [**Mitos y verdades sobre el cáncer de mama**](#)
 - [**Sociedad Americana Contra el Cáncer | Estados Unidos**](#)
 - [**BreastCancer.org**](#)
 - [**NIH Instituto Nacional del Cáncer | Estados Unidos**](#)





¿Cuál es tu red de apoyo?

La red de apoyo en pacientes con cáncer de mama cumple un rol muy importante al acompañar y apoyar a la paciente, sin invalidar sus emociones, miedos o sentimientos.

Es importante que estés acompañada, tanto por el cuerpo médico como por tus familiares y amigas/os. Muchas veces, es útil recibir la ayuda de una/un terapeuta.

También es recomendable que realices una actividad que te guste y te ayude a distraerte, a sentirte mejor, como practicar alguna actividad física suave, leer, pintar, tejer, escuchar música o aprender algo nuevo.

En muchos de los hospitales/instituciones en las que se realizan tratamientos para el cáncer de mama, se suelen organizar actividades para pacientes, en las que podés encontrarte con personas que están realizando tratamientos similares.

Etapa de tratamiento

El tratamiento del cáncer de mama depende, en parte, del estadio de la enfermedad y existen varias formas de abordarlo. Se puede realizar un tratamiento de tipo local y/o un tratamiento de tipo sistémico. Cuando hacemos referencia al tratamiento local, son todas las opciones para controlar la enfermedad en la mama y la axila, como ejemplo podemos mencionar a la cirugía y a la radioterapia, ambas terapias actúan directamente sobre el tejido a tratar. En el caso del tratamiento sistémico se administran drogas que actúan sobre las células de todo el cuerpo. Se pueden utilizar antes o después de los tratamientos locales o cuando la enfermedad está avanzada. Dentro de las terapias sistémicas podemos encontrar a la hormonoterapia, quimioterapia y a las terapias dirigidas.

¿Qué deberías saber antes de la cirugía? ¿Qué cuidados deberías tener?

Tu médica o médico te explicará si es necesario extirpar un sector de la mama o si es necesario sacar la mama entera (mastectomía). En este último caso, se puede realizar reconstrucción mamaria con implantes mamarios o expansores, ya sea en el mismo momento de la cirugía en la que se extrae el cáncer (reconstrucción mamaria inmediata) o en un momento posterior (reconstrucción mamaria diferida).

Además de realizar la cirugía en la mama, es necesario explorar la zona axilar para conocer el estado de los ganglios. Esto se puede hacer mediante una biopsia del más próximo a la mama (ganglio centinela, es el primero que recibe el drenaje linfático de la mama) o mediante un vaciamiento axilar (sacando más ganglios de la axila para su estudio).

Para el día de la cirugía NO OLVIDAR:

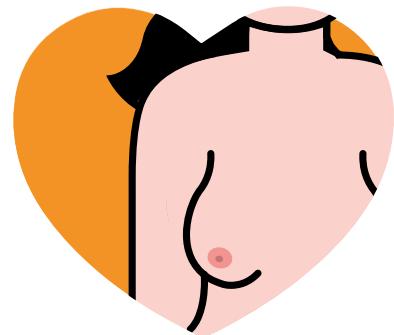
- ♥ Ayuno de 8hs (incluye agua, mate, chicles y caramelos).
- ♥ Estudios pre quirúrgicos y estudios mamarios.
- ♥ Faja compresiva o corpiño deportivo ajustado.
- ♥ Productos de higiene personal.
- ♥ Ropa cómoda para utilizar durante la internación. Es ideal que sea amplia y/o con botones en la parte anterior.
- ♥ El equipo médico te explicará cuánto tiempo durará la internación y cuánto tiempo de reposo posterior vas a necesitar.
- ♥ En el momento del alta hospitalaria, te indicarán qué analgésicos tomar (medicamentos para controlar el dolor) y cómo cuidar la herida.

Al llegar a casa:

- Es importante que sigas las indicaciones médicas hasta el nuevo control. Seguramente podrás realizar las tareas diarias y livianas, sin peso. No es recomendable la inmovilización de los brazos, ya que esto predispone a contracturas musculares.
- En algunas ocasiones, luego de la cirugía, se dejan drenajes con el fin de vaciar líquidos que se producen durante el proceso de cicatrización. Tu médica/o te explicará cómo vaciar el contenido y hará el seguimiento para decidir cuándo retirarlo. La extracción del drenaje es indolora y se realiza en el consultorio. En caso de que el drenaje se salga solo en casa, no intentes recolocarlo y consultá con tu equipo tratante.

Después de la cirugía podrías sentir:

- Adormecimiento de la piel de la mama, de la axila y de la cara interna del brazo.
- Dolores punzantes u hormigueo en la herida quirúrgica.
- Moretones superficiales.
- Limitaciones del movimiento del hombro y del brazo.

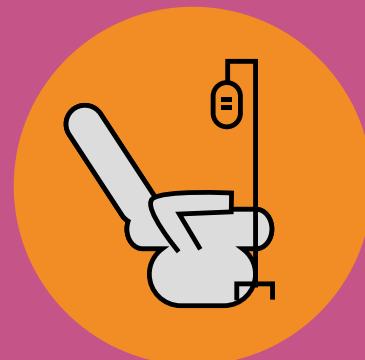


Pautas de alarma que ameritan consultar al equipo tratante:

- ♥ Dolor que no calma con los analgésicos indicados.
- ♥ Hinchazón importante de la zona operada.
- ♥ Fiebre tomada con termómetro mayor de 38°.
- ♥ Aumento de temperatura y enrojecimiento de la zona operada.
- ♥ Contenido del drenaje de color turbio o con mal olor.
- ♥ Salida parcial o total del tubo de drenaje.
- ♥ Brazo muy hinchado luego de la cirugía.
- ♥ Secreción a través de la herida.

¿Qué es la quimioterapia?

La quimioterapia es un tratamiento que incluye un grupo de drogas (medicamentos) que se utilizan para destruir las células que componen el tumor, es decir, para eliminar y evitar el crecimiento de las células tumorales.



¿Qué deberías saber antes de iniciarla?

Podés recibir tratamiento con un solo medicamento o con una combinación de dos o más. La vía de administración más frecuente es a través de las venas y, en algunos casos, la vía subcutánea o la vía oral.

La quimioterapia puede administrarse luego de la cirugía, para prevenir la aparición de metástasis (quimioterapia adyuvante); o como tratamiento inicial (previo a la cirugía: quimioterapia neoadyuvante), cuando lo que se busca es disminuir el tamaño del tumor. También puede utilizarse como tratamiento paliativo en etapas avanzadas de la enfermedad.

En la quimioterapia se utilizan medicamentos que actúan esencialmente sobre las células tumorales, pero también actúan sobre las células normales. Por este motivo se producen algunos efectos secundarios como la disminución de las defensas

(glóbulos blancos), náuseas, vómitos, sequedad de la boca, cambios en el gusto y olfato, diarrea o estreñimiento, falta de apetito, adelgazamiento, pérdida de cabello, cansancio, entre otros.

Es importante aclarar que no todas las personas que realizan tratamiento con quimioterapia desarrollan todos estos síntomas. Los efectos adversos dependen del esquema indicado, de la cantidad de ciclos y del estado general de salud de la paciente. Por lo general, los síntomas desaparecen una vez finalizado el tratamiento.

Algunas personas creen que cuanto más graves son los efectos adversos más eficaz es la quimioterapia. Esto no es así, la eficacia de la quimioterapia no se determina en función de los efectos adversos.

Recomendaciones generales:

- ♥ No es recomendable recibir el tratamiento en ayunas. Podés desayunar o almorzar liviano (evitar las comidas pesadas de difícil digestión).
- ♥ Si tenés que realizar una extracción de sangre previa, desayuná después de la misma.
- ♥ Bebé abundantes líquidos, preferentemente agua a temperatura natural.
- ♥ Preguntá y anotá cómo se deben tomar los anti-vomitivos.
- ♥ Si durante el tratamiento tenés fiebre mayor o igual a 38°, consultá a una guardia para que un profesional valore si es necesario examinarte o tomar una muestra de sangre para un recuento de glóbulos blancos (defensas). En ocasiones, si están muy bajos y la sospecha de infección es importante, es necesario administrar antibióticos.
- ♥ La caída del cabello puede ser parcial o total pero siempre es transitoria. Al finalizar el tratamiento el pelo vuelve a crecer de manera normal. Preguntale a tu médica/o si las posibilidades de que el pelo se caiga son altas y, si es así, es recomendable cortarlo cortito previamente. Si vas a usar algún accesorio es conveniente probarlo antes de que ocurra la caída. En general, cuando la caída es significativa, comienza 3 a 4 semanas después del primer ciclo de tratamiento y puede estar precedida por pinchazos o molestias en el cuero cabelludo.
- ♥ Mantener una buena higiene diaria.
- ♥ Para evitar infecciones durante el tratamiento es muy importante mantener la boca limpia. Esto se logra con una higiene dental adecuada: cepillá tus dientes con un cepillo blando, suavemente, de modo de no lastimar las encías. Se pueden emplear soluciones antisépticas para hacer biches durante el día. Si es posible, antes del tratamiento quimioterápico, consultá a

tu odontóloga/o para verificar el estado de tus dientes y encías. Si ya comenzó la quimioterapia y tu dentista te indica un tratamiento, tenés que preguntarle cuál es el momento más oportuno para realizarlo.

- ♥ Debés evitar el contacto con personas enfermas con fiebre, tos, diarrea o erupciones en la piel. También es recomendable no permanecer en lugares muy concurridos durante mucho tiempo.
- ♥ En ocasiones la quimioterapia puede afectar la función del ovario y, en consecuencia, producir irregularidades menstruales que van desde atrasos a la desaparición de la menstruación (amenorrea). La amenorrea puede ser transitoria o definitiva, ello depende de las drogas que se usen y de la edad de la paciente. No obstante estas irregularidades, es posible quedar embarazada durante el tratamiento de quimioterapia. Dado que la exposición del feto a la quimioterapia durante las primeras semanas de la gestación está asociada a malformaciones congénitas, es recomendable que uses

♥ medidas anticonceptivas eficaces durante el tratamiento. Hablá con tu médica/o para que te asesore sobre los métodos más recomendables en tu caso.

♥ No existen contraindicaciones para tener relaciones sexuales mientras estás recibiendo quimioterapia. Es posible que el deseo sexual sea menor que el habitual. Esto se relaciona con el estado de estrés después del diagnóstico y el cansancio que puede inducir la quimioterapia. Algunas mujeres refieren dolor durante la penetración por falta de lubricación. En ese caso, el uso de geles lubricantes puede ser de ayuda. Una buena comunicación en la pareja y, en ocasiones, la ayuda profesional, son útiles en estas circunstancias.

- ♥ No te realices tatuajes ni piercings.
- ♥ Evitá temperaturas extremas.
- ♥ Protegete del sol.
- ♥ Evitá fumar.
- ♥ Evitá el consumo de alcohol.

- 💡 Planificá las actividades y realiza descansos cortos durante el día.
- 💡 En caso de necesitarla, pedí ayuda.

Es importante:

- Lavar muy bien las frutas y verduras antes de consumirlas.
- Usar una tabla para la carne y otra diferente para las frutas y verduras.
- Guardar las comidas en un refrigerador/heladera.
- Asegurarse de que los jugos y productos lácteos estén pasteurizados.
- No consumir pescados o mariscos crudos.
- Cocinar bien la carne.
- Evitar mayonesas, cremas, helados, conservas caseras y embutidos.

Alimentación y quimioterapia

Es habitual que pacientes en quimioterapia tengan un apetito cambiante en relación con el tratamiento. Es posible que te sientas inapetente durante la semana siguiente a la aplicación de las drogas y que, posteriormente, recuperes el apetito y comas más que lo habitual.

Seguir una dieta saludable y mantener un peso adecuado antes de empezar el tratamiento ayuda a conservar las fuerzas, a superar mejor los efectos secundarios y a tener una mejor posibilidad de recibirla sin interrupciones.

Siempre es un buen momento para iniciar cambios en el estilo de vida que posibiliten sentirse mejor.

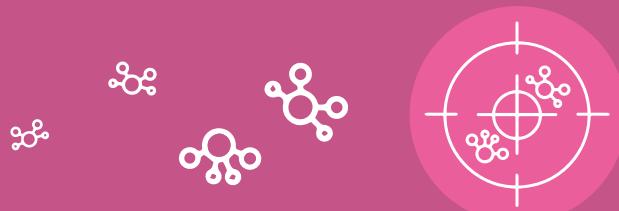
Algunas pacientes pueden necesitar más proteínas y más calorías. Una/un nutricionista podría ser de mucha ayuda si necesitás hacer cambios en tu dieta.

Algunos tratamientos del cáncer pueden hacerte más susceptible a contraer infecciones. Cuando esto sucede, es necesario tener cuidados especiales en el manejo y la preparación de alimentos.

¿Qué son las terapias dirigidas?

Son un grupo de drogas que se indican para el tratamiento del cáncer y que actúan sobre áreas específicas de la célula del tumor. Estos tratamientos son muy focalizados y funcionan de manera diferente de la quimioterapia o de la terapia hormonal. En algunos esquemas de tratamiento, estas drogas se combinan con la quimioterapia.

Las posibilidades terapéuticas dentro de éste grupo son muy amplias y variadas. Cada una tiene un mecanismo de acción y efectos adversos particulares, por lo que siempre consultá con tu equipo tratante sobre los recaudos que debés tener en cuenta.



¿Qué es la radioterapia?

La radioterapia consiste en utilizar altas dosis de radiación para destruir las células tumorales. Se indica este tratamiento en algunos casos, luego de la cirugía, para reducir el riesgo de que el cáncer aparezca nuevamente en la mama o en los ganglios, lo que contribuye a aumentar las posibilidades de curación. En otros casos, la radioterapia se utiliza para el tratamiento paliativo de las metástasis (como por ejemplo en cerebro o huesos).

La duración del tratamiento depende de cada caso. Cuando son necesarias varias sesiones, estas se realizan de lunes a viernes y duran aproximadamente cinco semanas, en sesiones de pocos minutos. En casos seleccionados puede durar menos semanas.

Puede ocurrir que tengas que trasladarte para realizar la radioterapia, debido a que se realiza en centros especializados para tal fin.

Mientras se lleva a cabo el tratamiento, la piel de la zona que recibe los rayos puede picar y ponerse roja y seca. La mama puede sentirse pesada y tirante. Pero estas molestias se van con el paso del tiempo.

Durante el tratamiento es aconsejable que uses ropa suelta de algodón para no causar dolor en la piel. Es importante que mantengas una adecuada higiene de la piel con agua y jabón, sin frotar. También aconsejamos evitar el uso de antisépticos con yodo, agua oxigenada o alcohol. Se debe tener precaución antes de usar desodorantes, lociones o cremas sobre el área irradiada. Una vez finalizado el tratamiento, la piel mejora lentamente.

Otro efecto secundario del tratamiento puede ser el cansancio. En este caso, te recomendamos que programes tus actividades y que descanses la mayor cantidad de tiempo que puedas.

Mientras dure el tratamiento de radioterapia es importante:

- Mantener la piel limpia y bien hidratada.
- No rascarse y, en caso de picazón, consultar a la/al médica/o.
- No usar ropa áspera o tejidos sintéticos. La ropa debe ser suelta.
- Proteger la piel del sol y del frío.



¿Qué es la hormonoterapia?

La hormonoterapia sirve para evitar que las células tumorales usen las hormonas del cuerpo para crecer. Altera la producción o el funcionamiento de algunas hormonas, con el objetivo de tratar la enfermedad o reducir el riesgo de que el tumor vuelva a aparecer.

Este tratamiento se utiliza en un tipo de cáncer de mama. Puede utilizarse luego de la cirugía para reducir el riesgo de que el cáncer aparezca nuevamente, o también como tratamiento paliativo en etapas avanzadas de la enfermedad.

¿Qué deberías saber antes de iniciar la hormonoterapia? ¿Qué cuidados deberías tener?

Los efectos adversos son más frecuentes en personas sedentarias y en aquellas que fuman, por lo que se recomienda mantener una rutina de ejercicio y evitar el cigarrillo.

Para prevenir olvidos aconsejamos asociar la toma de la medicación con alguna rutina de la actividad diaria, como el desayuno, o incluso programar la alarma del celular.

¿Qué pasa si olvidás la toma de algún comprimido?

Se recomienda tomarlo apenas lo recuerdes. No se deben tomar 2 comprimidos juntos. Aun así, un olvido no afectará el beneficio que tiene la medicación.

Al finalizar la hormonoterapia, ¿hay riesgo de que la enfermedad vuelva?

Si realizaste el tratamiento hormonal completo, el riesgo de que el cáncer de mama vuelva seguirá siendo reducido durante varios años, aun sin tomar nada más.

Etapa de seguimiento

¿Por qué? ¿Hasta cuándo?

Es muy importante, una vez finalizada cada etapa del tratamiento, seguir con los controles como te indique tu equipo médico tratante.

A pesar de que puede generar cierta angustia realizar los estudios, es fundamental que continúes con los controles para detectar cualquier cambio que pueda ocurrir en forma temprana y así, en caso de que sea necesario, definir un mejor tratamiento.



¿Qué son los cuidados paliativos? ¿Quiénes lo reciben?

Los cuidados paliativos ayudan a vivir mejor a las personas con cáncer o enfermedades crónicas. Se integran en cualquier momento de la enfermedad con la finalidad de mejorar la calidad de vida de las y los pacientes. En el caso del cáncer pueden implementarse desde el diagnóstico.

El dolor suele ser un síntoma frecuente en las y los pacientes con cáncer. Los cuidados paliativos brindan una atención integral e individualizada de la/del paciente, realizando una evaluación multidimensional: se valoran las necesidades físicas, emocionales, sociales y espirituales que puedan surgir durante el transcurso de la enfermedad y del tratamiento.

El alivio del dolor es uno de los aspectos más importantes de los cuidados paliativos. En la mayoría de los casos, puede ser controlado de manera efectiva con medidas simples y diferentes analgésicos.

La atención de cuidados paliativos se realiza en función de las necesidades de la y del paciente **y esto no quiere decir que la enfermedad sea terminal**. Como mencionamos, estos cuidados pueden brindarse desde estadios iniciales de la enfermedad.

Si es de tu interés conocer más sobre este tema, te invitamos a leer el siguiente material: [Acceder](#)

CONCLUSIONES FINALES

Las pacientes son protagonistas del cuidado y del manejo de su enfermedad. Por eso, tenés derecho a recibir toda la información de tu salud, a conocer las opciones de tratamiento y a ser escuchada.

Estar bien informadas/os ayuda a tomar mejores decisiones.

El tratamiento puede ser largo e intenso y, en algunas instancias, puede volverse angustioso y difícil de afrontar. Siempre es útil hablar de estos sentimientos. Podés pedir ayuda a las y los profesionales de la salud y a las personas cercanas para que te acompañen.

La decisión sobre el tratamiento a realizar (quimioterapia, cirugía conservadora o mastectomía, radioterapia, etc.) deberá partir de un diálogo con tu equipo médico y del consenso entre ambas partes. Esta decisión siempre debe ser en respeto de tus valores, tus preferencias, tus derechos y necesidades.

Material bibliográfico

- 1 [Estadísticas – mortalidad en Cáncer. Instituto Nacional del Cáncer](#)
- 2 ESMO | Cáncer de Mama: [Guía para Pacientes.](#) European Society for Medical Oncology.
Accessed 1 September 2023.
- 3 Radiological Society of North America, Inc. Stereotactic Breast Biopsy. June 11, 2015. Accessed at www.radiologyinfo.org/en/ on June 1, 2016.
- 4 [Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Educación para el paciente y comunidad](#)
- 5 [Evelyn H. Lauder. Breast and Imaging Center](#)
New York, NY 10065
- 6 [MD Anderson](#)
- 7 Jacob, Graciela. Manual de cuidados paliativos para la atención primaria de la salud. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Instituto Nacional del Cáncer, 2014.





Instituto Nacional
del Cáncer



Ministerio de Salud
Argentina

*primero
la gente*

ISBN 978-987-48888-9-1

9 789874 888891